

Tips om medisinsk litteratur, andre bøker, filmer og elektroniske medier som bør anmeldes, sendes tidsskriftet@legeforeningen.no

Livet med Tourette og tvang

Sandstrak P.

Mr Tourette og jeg

427 s, ill. Oslo: Cappelen Damm, 2009.

Pris NOK 349

ISBN 978-82-02-29079-5



Boken handler om forfatterens liv med Tourettes syndrom. Pelle Sandstrak ble født i Namdalen i 1960-årene. Han var aktiv som gutt, ivrig ishockey-spiller og ville bli hvalfanger eller sportskommentator. Men i tiårsalderen begynte tics

og tvangstanker å prege livet hans. Det var særlig tvangen som fikk store konsekvenser. Han greide ikke å lære matematikk fordi han måtte unngå bokstavene x, y og z som betyr blod, smitte og død. Han måtte utføre ritualer foran porten hjemme for å unngå katastrofer.

Ungdomsårene ble preget av impulsiv atferd, lyder og tidkrevende ritualer. Pelle var populær hos jentene og god i sport, og med god støtte i foreldrene greide han seg noenlunde. Men han ble stadig mer fortvilt over alt det rare han tenkte og gjorde og skammet seg over seg selv. Han ble en mester i å spille skuespill for å kamuflere ticsene og ritualene, så atferden hans skulle virke mindre merkelig.

Familien søkte hjelp overalt og var i kontakt med både psykiatere, psykologer og alternative behandlere. Men ingen stilte riktig diagnose. Sandstrak flyttet etter hvert til Oslo og livnærte seg av strøjobber. Tvangstanker og ritualer tok mer og mer av hverdagen og truet også den fysiske helsen alvorlig. Sykdommen styrte nå livet nesten fullstendig. Først i en alder av 25 år, og ved en tilfeldighet, kom han i kontakt med svenske psykiatere og psykologer som stilte riktig diagnose og tilbød god behandling. Da begynte en lang og tøff kamp for å bli bedre og få et godt liv.

Sandstrak ønsker å formidle hva som kan ligge bak spesiell atferd, og gjør det på en levende, nyansert og humoristisk måte. Han er ikke bitter over alle årene uten diagnose og behandling. Han ser fordeler med å ha Tourettes syndrom og synes ikke man skal

bli for normal. Språket er medrivende, med snert og mange innfall, og det er mange pussige og morsomme betraktninger. Slik blir denne dramatiske livshistorien, som også handler om angst og smerte, både gripende og underholdende. Skulle jeg innvende noe, måtte det være at boken er i lengste laget. Forfatteren bruker mye plass på å beskrive alle de plagsomme episodene som ung voksen. Her kunne det med fordel vært strammet inn en del. Jeg ville ellers gjerne lest litt mer om selve behandlingsprosessen, som bare er beskrevet i noen få korte kapitler på slutten.

For alle fagpersoner som møter barn, ungdom og voksne med tics og tvangstilstander er dette særlig relevant. Men alt fagpersonell innen psykisk helse kan ha nytte av denne boken, som nok også har interesse for en større leserkrets.

Torunn Stene Nøvik

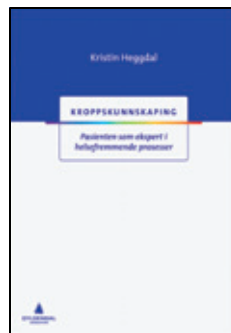
Barne- og ungdomspsykiatrisk avdeling
Sykehuset Buskerud

Lite nytt om brukererfaringer, læring og mestring

Heggdal K.

Kroppskunnskaping

Pasienten som ekspert i helsefremmende prosesser. 350 s, ill. Oslo: Gyldendal Akademisk, 2008. Pris NOK 449
ISBN 978-82-05-33172-3



Forfatteren er forsker med tilknytning til Diakonhjemmets sykehus og ansatt som førsteamanuensis ved Diakonhjemmets høgskole. Hun har arbeidet i 15 år med forskning om Kroppskunnskaping og har en doktortgrad i sykepleievitenskap om dette temaet.

Boken er inndelt i ni kapitler. I de to første presenteres Kroppskunnskaping som «en grunnleggende prosess for utvikling av personlig kunnskap om egen kropp, mestring, helse og velvære. Kroppskunnskaping

er en naturlig helsefremmende prosess når mennesker rammes av langvarig sykdom, skade og funksjonssvikt». Forfatteren angir at pasientens kunnskap om seg selv utvikles når personen erfarer sykdommen over tid og deltar i ulike nivåer av dialog, slik som a) å lytte til og reflektere over kroppens tegn og symptomer, b) å lese og lytte til informasjon om helse og c) å samtale med helsepersonell og nære andre. Slik blir ulike type erfaringer og kunnskap integrert i en personlig kunnskapsbase, og personens tidligere erfaringer med en frisk kropp blir erstattet av nye erfaringer når man har fått en sykdom. Kroppskunnskapingsprosessen beskrives i kapittel 3 i regnbuemodellen: Fiolett fase preges av uvisshet og flukt fra den syke kroppen, blå fase av tap av livsutfoldelse, grønn fase av kroppslig læring og styrket håp, og rød fase preges av integrert kroppskunnskap med nye muligheter for livsutfoldelse og helse. Kroppskunnskapen som erverves handler om å lytte til kroppens signaler, lære seg hva man tåler og sette de nødvendige grensene, for eksempel for aktiviteter eller hva man bør spise.

I kapittel 4–8 forsøker forfatteren å knytte an til en rekke teorier og begreper, for eksempel kroppsfenomenologi, kunnskapsteori, salutogenese, rekonvalesens og kroppens sosiale kontekst, men uten at sammenhengen mellom disse og Kroppskunnskaping blir tydelig. I siste kapittel beskrives Kroppskunnskaping i praksis, der utdrag av seks samtaler mellom forfatteren og en pasient gjengis. Samtalene forløper slik man kan forvente mellom en pasient og en helsearbeider.

Forfatteren formidler engasjement for pasienter med langvarige sykdomsplager og et ønske om å bistå. Hovedbudskapet er at helsepersonell må lytte til pasientenes fortelling om sine opplevelser og erfaringer, og at både brukerkunnskap og fagkunnskap er nødvendig for at hjelperen skal kunne bistå mennesker med langvarige sykdommer. Kroppskunnskaping angis som en ny metode som trengs i helsevesenet for å oppnå dette. Etter denne leserens mening bringer verken modellen eller den kliniske metoden noe nytt. Fremstillingen er svært ordrik og preget av gjentakelser, og det er vanskelig å finne en rød tråd i teksten. Mange har skrevet bedre om brukerspektiv og brukermidvirkning og om lærings- og mestringstilnærming innen helsefagene de senere årene.

Som målgruppe angis ulike grupper